

## Салат – смесь овощей по-корейски.

### Вам понадобится:

- Морковь средняя – **3** шт.;
- Капуста синяя – **1/3** часть капусты;
- Капуста пекинская – **1/3** часть капусты;
- Сок свежевыжатого лимона – **2** ст. ложки (можно заменить уксусом);
- Подсолнечное или оливковое масло – **2** ст. ложки;
- Мед – **1** ч. ложка;
- Приправа по-корейски для моркови – **2** ст. ложки;
- Чеснок – **1** зубок;
- Соль и перец по вкусу.

### Как готовить:

- 1.** Пекинскую капусту рвем небольшими кусочками.
- 2.** Синюю капусту нарезаем соломкой.
- 3.** Морковь чистим и натираем на терке по-корейски.
- 4.** Все овощи складываем в миску, добавляем мед, соль, перец, приправу по-корейски и перемешиваем.
- 5.** Чеснок чистим и продавливаем через чесночницу или натираем мелко на терке, добавляем в нашу овощную смесь.
- 6.** Растительное масло и лимонный сок (или уксус), смешиваем и разогреваем на сковороде.
- 7.** Заливаем этим горячим маслом овощи и хорошо перемешайте.
- 8.** Складываем салат в пластиковый контейнер или стеклянную банку, закрываем крышкой и ставим в холодильник.
- 9.** Через пару часов салатик по-корейски из готов к употреблению.



*Приятного аппетита.*

### Важно:

- ✓ Пекинскую капусту обязательно рвите руками, если ее нарезать она потеряет сок и не будет хрустящей.
- ✓ Не пересаливайте салат, лишняя соль вредна для организма.